Trimestrale
06-2022
Pagina 14/15
Foglio 1 / 2
Raffaello Cortina Editore
fondamentale
www.ecostampa.it

RELAZIONE MEDICO-PAZIENTE
Educazione sanitaria

Quello che il paziente deve sapere

Di fronte a prescrizioni o spiegazioni sulle terapie spesso ci si ritrova confusi e disorientati, ma con uno sforzo informativo e qualche suggerimento la situazione può migliorare

a cura di **CRISTINA FERRARIO**

"La medicina non è una ricetta uguale per tutti. È basata su conoscenze scientifiche che possono variare con il tempo e deve trovare una strada specifica per ogni singolo paziente." Ne è convinto Daniele Coen, medico d'urgenza, per quindici anni direttore del Pronto soccorso dell'Ospedale Niguarda di Milano, e da anni anche divulgatore scientifico.

Partendo dal suo ultimo libro, *L'arte della probabilità. Certezze e incertezze della medicina*, edito da Raffaello Cortina Editore, l'esperto ci accompagna in un viaggio alla scoperta di come si muove il medico quando deve prescrivere un esame o una terapia e di quali sono i pilastri di una buona comunicazione tra medico e paziente, strumento essenziale per arrivare alla soddisfazione finale di tutti gli attori coinvolti in un percorso di cura.

"Il paziente ha un ruolo attivo ed estremamente importante nel determinare ogni scelta" precisa Coen.

In questo articolo:
- scelte in medicina
- psicologia medica
- incertezza

Grandi successi e tanti dubbi

Sotto alcuni punti di vista, la medicina oggi è molto più complicata di quanto non fosse anche solo cinquant'anni fa. "Veniamo da un periodo in cui la medicina era semplice, poco efficace e le terapie potevano causare relativamente pochi effetti collaterali, mentre oggi la medicina è molto efficace ma molto complicata, e anche per via di questa complessità bisogna fare decisamente più attenzione ai potenziali effetti collaterali" afferma Coen, ricordando le tante incertezze con le quali un medico deve fare i conti ogni giorno e che i pazienti a volte leggono in modo negativo.

"La realtà è che i medici continuano

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.
005345

a prendere decisioni sulla base di dati imperfetti e di conoscenze limitate, su pazienti che sono, inevitabilmente, uno diverso dall'altro" spiega. Le decisioni in medicina non si pongono quasi mai in termini di bianco o nero: al contrario, è necessario muoversi all'interno di una vasta area grigia, nella quale sono molte le variabili in gioco. Attenzione, però: questo non significa che i medici orientino le proprie decisioni in base al caso o alla fortuna. Dietro a ogni decisione c'è sempre un ragionamento basato sui dati disponibili e sulle caratteristiche del paziente. "Ovviamente non manca poi una componente personale, legata alla sensibilità del medico, agli aspetti che ritiene più importanti in una determinata fase di cura e alle preferenze del paziente" aggiunge l'esperto.

Il rapporto medico-paziente

Oltre alla medicina sono cambiati anche i pazienti. E di conseguenza è cambiato il loro rapporto con il medico. Se infatti fino a qualche decennio fa la figura del medico "paternalista" (che dice al paziente cosa deve fare, lasciandogli poco spazio per esprimersi) era accettata e raramente messa in discussione, oggi la maggior parte delle persone desidera capire, sapere e far sentire la propria voce. "Penso che questo sia positivo" dice Coen, convinto che nel rapporto medico-paziente si debba parlare chiaro, esprimere i propri dubbi e, perché no, ammettere le proprie incertezze.

> La medicina moderna richiede spiegazioni

Il linguaggio rappresenta un primo – e in genere superabile – ostacolo alla comunicazione. "Capita che il medico utilizzi con i pazienti una serie di termini tecnici troppo complicati, che quasi sempre generano confusione" spiega l'esperto, che incoraggia i pazienti a chiedere ulteriori spiegazioni. Anche l'inserimento di troppe persone nel flusso di comunicazioni potrebbe essere dannoso. "Idealmente il paziente dovrebbe avere un solo medico di riferimento al quale rivolgersi e il medico alcune persone di riferimento (una o due) alle quali comunicare le informazioni relative al paziente" dice Coen, senza dimenticare gli ostacoli "ambientali", come per esempio la mancanza di tempo o l'organizzazione del lavoro.

Verifica, trasparenza e intuito

Come spiega Coen, la formazione scientifica dell'italiano medio è piuttosto bassa, per cui non sono molte le persone che hanno ben chiaro come si sviluppino le conoscenze in ambito medico. Ciò non toglie che tutti i pazienti abbiano la possibilità di riuscire a comprendere ciò che sta succedendo, in modo da poter prendere decisioni soddisfacenti e condivise con il medico.

Innanzitutto ci si può informare e verificare le informazioni e i suggerimenti ricevuti. Lo si può fare attraverso internet, con tutti i rischi legati all'attendibilità delle fonti e alla capacità individuale di comprenderle, o anche chiedendo un secondo parere in caso di decisioni davvero importanti. A volte può bastare un colloquio con il medico di base, che faccia da tramite con lo specialista. Servono poi trasparenza e sincerità nel rapporto con il medico. Infine, secondo l'esperto, si può anche tenere conto del cosiddetto *gut feeling*, quella sensazione "di pancia" che può rappresentare un campanello d'allarme di fronte al quale vale la pena fermarsi un attimo per decidere con più calma: se di fronte a una scelta non ci si sente a proprio agio, è giusto dare ascolto ai propri dubbi e chiedere ulteriori spiegazioni.

Ogni decisione è un percorso. "Nel momento in cui medico e paziente riconoscono che c'è un margine di incertezza nelle scelte, che tutte le opzioni avranno benefici ed effetti collaterali, si arriva alla decisione finale con un avvicinamento progressivo" conclude.

"LE DOMANDE CHE FANNO LA DIFFERENZA"

Sapere quali domande porre di fronte alla proposta di un esame o di una terapia può essere la chiave per arrivare a una decisione davvero consapevole. Coen ce ne suggerisce alcune.

Di fronte alla proposta di un esame diagnostico:
- Cosa succede se non lo faccio?
- Ci sono alternative a questo esame?
- In che modo l'esito dell'esame cambierà il modo in cui lei mi cura?

Di fronte alla proposta di una terapia:
- Che beneficio devo attendermi dalla terapia?
- Cosa succede se non prendo questo farmaco?
- Ci sono farmaci alternativi a quello proposto?
- Quali sono gli effetti collaterali più frequenti?

"UN GELATO E UNA PARTITA DI BASEBALL"

Un vecchio professore universitario doveva decidere se sottoporsi o meno a un intervento. Interrogato su quali fossero per lui le cose più importanti, rispose: "Finché posso mangiare gelati e guardare il baseball in televisione, per me vale la pena vivere". Da lui ci si sarebbe attesi una risposta molto diversa. Questo aneddoto tratto dal libro *Essere mortale* di Atul Gawande spiega bene un concetto di fondo essenziale in medicina: ogni paziente è diverso e ogni decisione da prendere non può non tenere conto di queste differenze e di ciò che conta davvero per il singolo.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.
005345
L'ECO DELLA STAMPA®
LEADER IN MEDIA INTELLIGENCE
Raffaello Cortina